

"LA PRÁCTICA QUE IMPREGNA EL ESPACIO BENEFICIANDO A LOS SERES"

*Meditación y recitación del mantra del noble y sublime Chenresig,
de la transmisión directa a Tangtong Gyalpo, rey de los sidhas.*



REFUGIO Y BODICHITA

En primer lugar, busca refugio y genera la mente del despertar:

SANGYE CHÖDANG TSOGCHI CHOGNAM LA
JANGCHUB BARDU DANI CHABSUN CHI
DAGUI GOMDE JIPE SÖNAM CHI
DROLA PENCHIR SANGYE DRUBPAR SHO *(Repetir tres veces)*

Me refugio en el Buda, el Dharma y la Sangha suprema hasta que llegue a la iluminación.
Que por el mérito generado a través de mi meditación y recitación del mantra
pueda llegar a la iluminación en beneficio de los seres. *(Repetir tres veces)*

VISUALIZACIÓN DE LA DEIDAD

En segundo lugar, la parte principal. Medita en la deidad:

DASOG KACHAB SEMCHEN JI
CHITSUK PEKAR DAWE TENG
HRILE PAGCHOG CHENRESIG
KARSAL ÖSER NGADEN TRO

DSUMDEN TUGJE CHENJI SIG
CHAGSHI DANGPO TALJAR DSE
OGÑI SHEL TRENG PEKAR NAM
DARDAN RINCHEN GYENJI TRE

RIDAG PAGPE TÖYOG SOL
ÖPA MEPE UGYEN CHEN
SHABÑI DORJE CHILTRUNG SHUG
DRIME DAWAR GYABTEN PA
CHABNE KÜNDÜ NGOWOR GYUR

Encima de mi cabeza y la de todos los seres que impregnan el espacio hay un loto blanco y un disco lunar, encima del cual está la letra HRI que se convierte en el noble y sublime Chenresig. Es blanco y luminoso, irradia luces de cinco colores; sonrío y mira con ojos llenos de compasión. Tiene cuatro brazos: los dos superiores juntan las manos; los dos inferiores sostienen un rosario de cristal y un loto blanco. Está adornado

con telas de seda y ornamentos preciosos. Una piel de gacela cubre sus hombros, y el Buda Amitaba corona su cabeza. Está sentado, sus dos piernas cruzadas en la postura vajra, con una luna inmaculada por respaldo. Es la esencia de todas las fuentes de refugio.

ALABANZA

En tercer lugar, invoca su mente mediante una súplica. Ante el Guru, el noble y sublime Chenresig visualizado de este modo, piensa: “Todos los seres oramos al unísono plenamente concentrados y nos encomendamos a ti con la convicción de que tú eres el que sabe lo que hay que hacer. Te rogamos que nos liberes de las seis clases de existencia samsárica y nos conduzcas al estado de omnisciencia”. Y recita:

JOWO CHÖNJI MAGÖ KUDOG KAR
DSOG SANGYE CHI ULA GYEN
TUGJE CHENJI DROLA SIG
CHENRESIG LA CHAGTSAL LO (*Repetir tres veces*)

Noble Señor de blanca forma, que estás libre de toda mácula, tu cabeza coronada por un Buda perfecto; tú que miras a los seres con ojos de compasión, Chenresig, ante ti me inclino. (*Repetir tres veces*)

Recita cien, veintiuna o siete veces o las que se puedan, hasta que todo tu ser vibre y tu experiencia se transforme

Aquí se puede insertar la “Plegaria de las siete ramas de Guelongma Palmo” y la “Plegaria a Chenresig de Guelong Pema Karpo” o cualquier otra con bendición, y será un complemento excelente. Se encuentran en las páginas 6 y 7.

En cuarto lugar, considera las tres puertas como el yoga de la deidad:

DETAR TSECHIG SOLTAB PE
PAGPE KULE ÖSER TRÖ
MADAG LENANG TRULSHE JANG
CHINÖ DEWACHEN JI SHING
NANGCHÜ CHEDRÖ LÜ-NGA SEM
CHENRESIG WANG KUSUNG TUG
NANGDRA RIGTONG YERME GYUR

Por esta plegaria, hecha con plena concentración, la forma del sublime (Chenresig) irradia luz que purifica el karma impuro, las apariencias y la mente confundida; el mundo externo es la tierra pura del Dewachen; el cuerpo, la palabra y la mente de los seres son el Cuerpo, la Palabra y la Mente del poderoso Chenresig. Apariencias, sonidos y cognición se vuelven inseparables de la vacuidad.

En quinto lugar, medita en este significado y recita:

OM MANI PEME HUNG

Repite el mantra cien, mil, diez mil, cien mil veces o tanto como se pueda haciendo de ello la parte principal de la sesión

Al final reposa sin conceptos de sujeto, objeto ni acción

En sexto lugar, llévalo todo al camino:

DASHEN LÜNANG PAGPE KU
DRADRAG YIGUE DRUGPE YANG
DRENTOG YESHE CHENPÖ LONG

Mi cuerpo y el de los demás, todas las apariencias, son el cuerpo del Sublime; todos los sonidos son la melodía de las seis sílabas; todos los pensamientos son la esfera de la gran sabiduría primordial.

DEDICACIÓN Y PLEGARIA

En séptimo lugar, dedica las raíces de la virtud a la Iluminación y haz la plegaria de aspiración:

GUEWA DIYI ÑURDU DAG
CHENRESIG WANG DRUBGYUR NE
DROWA CHIGCHANG MALÜ PA
DEYI SALA GÖPAR SHO

Que por medio de esta virtud pueda lograr rápidamente la realización del poderoso Chenresig y establecer a todos los seres sin excepción en ese mismo estado.

Además:

DITAR GOMDE JIPE SÖNAM CHI
DADANG DALA DRELTOG DROWA KÜN
MITSANG LÜDI BORWA GYURMA TAG
DEWACHEN DU DSÖTE CHEWAR SHO
CHEMA TAGTU SACHU RABDRÖ NE
TRULPE CHOGCHUR SHENDÖN JEPAR SHO

Que por el mérito de esta meditación y recitación del mantra pueda yo, con todos los seres vinculados conmigo, renacer milagrosamente en Dewachen inmediatamente después de abandonar este cuerpo impuro. Y, tan pronto como renazcamos allí, podamos completar perfectamente los diez niveles de los bodisatvas y enviar emanaciones en las diez direcciones para el bien de los demás.

Copyright © Samye Dzong Barcelona, corregido en septiembre de 2021

PLEGARIA PARA RENACER EN EL DEWACHEN

EMAHO
NGOTSAR SANGYE NANGWA TAYE DANG
YESU JOWO TUGJE CHENPO DANG
YÖNDU SEMPA TUCHEN TOBNAM LA
SANGYE JANGSEM PAME KORJI KOR
DECHI NGOTSAR PAGTU MEPA YI
DEWACHEN SHE JAWE SHINGKAM DER
DASHEN DINE TSEPÖ GYURMA TAG
CHEUA SHENJI BARMA CHÖPA RU
DERU CHENE NANGTE SHALTONG SHOG
DEKE DAGUI MÖNLAM TABPA DI
CHOGCHÜ SANGYE JANGSEM TAMCHE CHI
GUEGME DRUBPAR JINCHI LABTU SOL

TEYATA PEÑTSANDRIYA AWA BODA NAYE SOHA

(Repetir tres veces)

¡Oh maravilla! El maravilloso Buda de la Luz Infinita, con el Señor de la Gran Compasión a su derecha y el Bodisatva del Gran Poder a su izquierda, está rodeado de innumerables budas y bodisatvas. La felicidad, la alegría y las maravillas son inconmensurables en esta tierra pura llamada Dewachen. Que tan pronto como yo y los demás hayamos partido de esta vida, podamos renacer allí, sin la demora producida por otras existencias, y contemplar el rostro de Amitaba. Budas y bodisatvas de las diez direcciones, conceded vuestra bendición para que este deseo expresado en plegaria se realice sin ningún impedimento.

TEYATA PEÑTSANDRIYA AWA BODA NAYE SOHA

(Repetir tres veces)

PLEGARIA DE ASPIRACIÓN

Dedicación del "Dharma del Espacio" de Amitaba:

CHOGDÜ GYALWA SECHE GONG
TSOGÑI DSOGLA CHEYI RANG
DAGUI DÜSUM GUESAG PA
KÖNCHOG SUMLA CHÖPA BUL

GYALWE TENPA PELJUR CHIG
GUEWA SEMCHEN KÜNLA NGO
DROKÜN SANGYE TOBGYUR CHIG
GUETSA TAMCHE CHIGDÜ TE

DAGUI GYÜLA MINGYUR CHIG
DRIBÑI DANE TSOGDSOG TE
TSERING NEME ÑAMTOG PEL
TSEDIR SACHU NÖNGYUR CHIG

NAMSHIG TSEPÖ GYURMA TAG
DEWA CHENDU CHEGYUR CHIG
CHENE PEME KACHE TE
LÜTEN DELA SANGYE SHOG

JANGCHUB TOBNE JISI DU
TRULPE DROWA DRENPARG SHO

Budas y bodisatvas de todas las direcciones, pensad en mí. Me alegro de completar las dos acumulaciones. La virtud que haya acumulado en los tres tiempos se la ofrezco a las Tres Joyas. Que las enseñanzas del Victorioso se propaguen. Dedico la virtud a todos los seres. Que todos los seres lleguen a la Budeidad. Que todas las raíces de virtud, reunidas en una sola, fructifiquen en mi continuo mental. Que los dos velos

queden purificados y las acumulaciones completadas; que tenga larga vida, sin enfermedades; que las experiencias y la realización aumenten y que pueda recorrer los diez niveles de iluminación en esta vida. Que pueda renacer en Dewachen tan pronto como abandone esta vida, y una vez haya renacido allí, sobre un loto abierto, pueda llegar a la budeidad en ese mismo cuerpo. Una vez alcanzada la Iluminación, puedan mis emanaciones guiar a los seres.

Samaya, gya, gya, gya. Esto fue dicho por Amitaba al tulku Mingyur Dorje cuando éste tenía trece años, en el mes del tigre de agua del año del pájaro

LLEVAR AL CAMINO DESPUÉS DE LA SESIÓN

NAMCHU SEMCHEN TAMCHE CHENRE SIG
DRADAG TAMCHE YIGUE DRUGME NGAG
DENPAR MADRUG GYUMA MILAM SHIN
NEYUL DIYANG DECHEN SHINGKAM NGO
DERU DAGCHAG KYENE YOPA TAR
DAGNANG GATRO GOMPE LEDRIB DAG

El contenido interno, todos los seres, son Chenresig.

Todos los sonidos son el mantra de las seis sílabas carente de realidad como un espejismo o un sueño.

Incluso este lugar es realmente el reino de la Gran Bienaventuranza.

Meditando gozosamente en la pureza de las apariencias, como si hubiéramos renacido y estuviéramos allí, purificamos el karma y los velos.

Practica la pureza de percepción tal como se ha descrito aquí

PLEGARIA DE LAS SIETE RAMAS DE GUELONGMA PALMO

Las siete ramas a modo de ofrenda dedicadas al noble y sublime Chenresig, compuestas por Guelongma Palmo

PAKPA CHENRESIG WANG DANG
CHOGCHU DÜSUM SHUGPA YI
GYALWA SECHE TAMCHE LA
KÜNNE DANGWE CHAGCHI O

Ante el poderoso y noble Chenresig y ante todos los Victoriosos y sus Hijos presentes en las diez direcciones y los tres tiempos me inclino con total veneración.

METOG DUGPÖ MARME DRI
SHALSE ROLMO LASOG PA
NGÖJOR YICHI TRULNE BUL
PAGPE TSO GCHI SHESU SOL

Ofrezco flores, incienso, lámparas, perfumes, comida, música y otras ofrendas, tanto reales como mentalmente creadas, y ruego a la multitud de Seres Nobles que las acepten.

TOGMA MENE DATE BAR
MIGUE CHUDANG TSAMME NGA
SEMNI ÑÖNMONG WANGYUR PE
DIGPA TAMCHE SHAGPAR CHI

Confieso todas las acciones negativas, las diez no virtuosas y las cinco de retribución inmediata, cometidas, con la mente dominada por la negatividad, desde tiempo sin principio hasta el presente.

ÑENTÖ RANGYAL CHANGCHUB SEM
SOSO CHEWO LASOG PE
DÜSUM GUEWA CHISAG PE
SÖNAM LANI DAYI RANG

Me alegro por el mérito de toda la virtud acumulada en los tres tiempos por sravakas, pratyekabudas, bodisatvas, seres ordinarios y demás.

SEMCHEN NAMCHI SAMPA DANG
LOYI CHEDRAG JITA WAR
CHECHUNG TÜN MONG TEGPA YI
CHÖCHI KORLO KORDU SOL

Os ruego que hagáis girar la rueda del Dharma de los vehículos mayor, menor y común, según la mentalidad y motivación de los seres.

KORWA JISI MATONG PAR
ÑA-NGUEN MIDA TUGJE YI
DUG-NGAL GYAMTSOR CHINGWA YI
SEMCHEN NAMLA SIGSU SOL

Ruego que cuidéis con compasión de todos los seres hundidos en un mar de sufrimiento, y que no paséis al Nirvana hasta que el samsara no haya quedado vacío.

DAGUI SÖNAM CHISAG PA
TAMCHE CHANGCHUB GYURGYUR NE
RINGPOR MITOG DROWA YI
DRENPE PALDU DAGYUR CHIG

Cualquiera que sea el mérito que he acumulado, que se convierta en la causa de la Iluminación, de modo que pueda convertirme sin demora en un glorioso guía para todos los seres.

PLEGARIA A CHENRESIG DEL GUELONG PEMA KARPO

Palabras vajra de súplica al noble Chenresig, del venerable gran Sidha (Tangtong Gyalpo) cuando renació como Guelong Pema Kalpo

SOLWA DEBSO LAMA CHENRESIG
SOLWA DEBSO YIDAM CHENRESIG
SOLWA DEBSO PAGCHOG CHENRESIG
SOLWA DEBSO CHABGÖN CHENRESIG
SOLWA DEBSO JAMGÖN CHENRESIG
TUGJE SUNGSHIG GYALWA TUGJE CHEN

TAME KORWAR DRANGME JAMGYUR CHING
SÖME DUG-NGAL ÑONGWE DROWA LA
GÖNPO CHELE CHABSHEN MACHI SO
NAMCHEN SANGYE TOBPAR JINJI LOB

Ruego al lama Chenresig, ruego al yidam Chenresig, ruego al noble y sublime Chenresig, ruego al refugio y protector Chenresig, ruego al amoroso protector Chenresig: compasivo Buda sostennos con compasión. Para los seres que padecen insoportables sufrimientos deambulando innumerables veces por el samsara sin fin, no hay otro refugio que tú, Protector. Bendícenos para que alcancemos la Budeidad omnisciente.

TOGME DÜNE LE-NGUEN SAGPE TÛ
SHEDANG WANGUI ÑALWAR CHEGYUR TE
TSADRANG DUG-NGAL ÑONGWE SEMCHEN NAM
HLACHOG CHECHI DRUNGDU CHEWAR SHO
OM MANI PEME HUNG

Por el poder del mal karma acumulado desde tiempo sin principio, bajo la influencia de la cólera se renace en los infiernos. Que todos los seres que experimentan los sufrimientos del calor y el frío renazcan en tu presencia, divinidad suprema.
OM MANI PEME HUNG

TOGME DÜNE LE-NGUEN SAGPE TÛ
SERNE WANGUI YIDAG NESU CHE
TREKOM DUG-NGAL ÑONGWE SEMCHEN NAM
SHINGCHOG POTALA RU CHEWAR SHO
OM MANI PEME HUNG

Por el poder del mal karma acumulado desde tiempo sin principio, bajo la influencia de la avaricia se renace en el reino de los espíritus hambrientos. Que todos los seres que experimentan los sufrimientos del hambre y la sed renazcan en la tierra pura del Potala.
OM MANI PEME HUNG

TOGME DÜNE LE-NGUEN SAGPE TÛ
TIMUG WANGUI DÜDROR CHEGYUR TE
LENKUG DUG-NGAL ÑONGWE SEMCHEN NAM
GÖNPO CHECHI DRUNGDU CHEWAR SHO
OM MANI PEME HUNG

Por el poder del mal karma acumulado desde tiempo sin principio, bajo la influencia de la ignorancia se renace como animal. Que todos los seres que experimentan los sufrimientos de la estupidez y la mudez renazcan en tu presencia, Protector.
OM MANI PEME HUNG

TOGME DÜNE LE-NGUEN SAGPE TÛ
DÖCHAG WANGUI MIYI NESU CHE
DRELPOG DUG-NGAL ÑONGWE SEMCHEN NAM
SHINGCHOG DEWA CHENDU CHEWAR SHO
OM MANI PEME HUNG

Por el poder del mal karma acumulado desde tiempo sin principio, bajo la influencia del deseo y el apego se renace en el reino humano. Que todos los seres que experimentan los sufrimientos del ajetreo y la carencia renazcan en la suprema tierra pura del Dewachen.

OM MANI PEME HUNG

TOGME DÜNE LE-NGUEN SAGPE TÛ
TRADOG WANGUI HLAMIN NESU CHE
TABTSÖ DUG-NGAL ÑONGWE SEMCHEN NAM
POTALA YI SHINGDU CHEWAR SHO
OM MANI PEME HUNG

Por el poder del mal karma acumulado desde tiempo sin principio, bajo la influencia de los celos y la envidia se renace en el reino de los semidioses. Que todos los seres que experimentan los sufrimientos de la lucha y la disputa renazcan en la tierra pura del Potala.

OM MANI PEME HUNG

TOGME DÜNE LE-NGUEN SAGPE TÛ
NGAGYAL WANGUI HLAYI NESU CHE
POTUNG DUG-NGAL ÑONGWE SEMCHEN NAM
POTALA YI SHINGDU CHEWAR SHO
OM MANI PEME HUNG

Por el poder del mal karma acumulado desde tiempo sin principio, bajo la influencia del orgullo se renace en el reino de los dioses. Que todos los seres que experimentan los sufrimientos de la transmigración y la caída renazcan en la tierra pura del Potala.

OM MANI PEME HUNG

DANI CHESHING CHEWA TAMCHE DU
CHENRESIG DANG DSEPA TSUNGPA YI
MADAG SHINGUI DRONAM DROLWA DANG
SUNGCHOG YIGDRUG CHOgyUR GYEPAR SHO

PACHOG CHELA SOLWA TABPE TÛ
DAGUI DULJAR GYURWE DROWA NAM
LEDRE HLURLLEN GUEWE LELA TSÖN
DROWE DÖNDU CHÖDANG DENPAR SHO

Que vida tras vida mediante actos como los de Chenresig pueda liberar a todos los seres de los reinos impuros y propagar la palabra suprema de las seis sílabas en las diez direcciones. Que por el poder de estas plegarias dirigidas a ti Arya Supremo, todos los seres que se conviertan en discípulos míos presten la mayor atención al karma, se esfuercen en actuar virtuosamente y practiquen el Dharma por el bien de los seres.

Esto lo pronunció el mahasiddha Tangtong Gyalpo al recordar una vida anterior en la que había sido el guelong Pema Karpo y había practicado el ayuno desde los 20 hasta los 80 años, suplicando con total concentración al noble Chenresig con estas palabras. De aquí que tengan un gran poder de bendición.